

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак		№15стр86	Сыр (порциями) 10	10		36,00	2,32	2,95	
		ттк№8/1	Омлет натуральный 130 шк.	130		254,00	11,46	22,00	2,20
		ттк№343	Кофейный напиток с молоком 215 шк.	215		73,00	3,04	2,66	9,23
		ттк251/1	Батон " Школьный " 50	50		114,00	3,16	1,55	21,88
		№338стр253	Яблоко свежее 150	150		70,50	0,60	0,60	14,70
Завтрак:				555,00		547,50	20,58	29,76	48,01

Итого завтрак: 75,00

Обед		№82стр114	Борщ с капустой и картофелем, сметаной, зелень 250/5/3	258		111,80	1,93	5,67	11,11
		277№253	Гуляш из отварного мяса 60	60		94,65	7,71	6,21	1,98
		№171стр162	Каша рассыпчатая из гречневой крупы 160	160		280,00	8,85	9,55	39,86
		ттк№349/4	Компот из смеси сухофруктов + С витаминизация 200* шк.	200		110,60	0,65	0,08	26,80
		т/к249	Хлеб пшеничный 30	30		78,51	2,37	0,39	16,38
		ттк250	Хлеб ржано-пшеничный 30	30		72,10	2,20	0,30	15,13
Обед:				738,00		747,66	23,71	22,20	111,26

Итого обед: 96,00